

Oficiální pravidla IHGF

Připravil Carlos F. Borges

ODDÍL I: OBECNÁ PRAVIDLA DISCIPLÍN

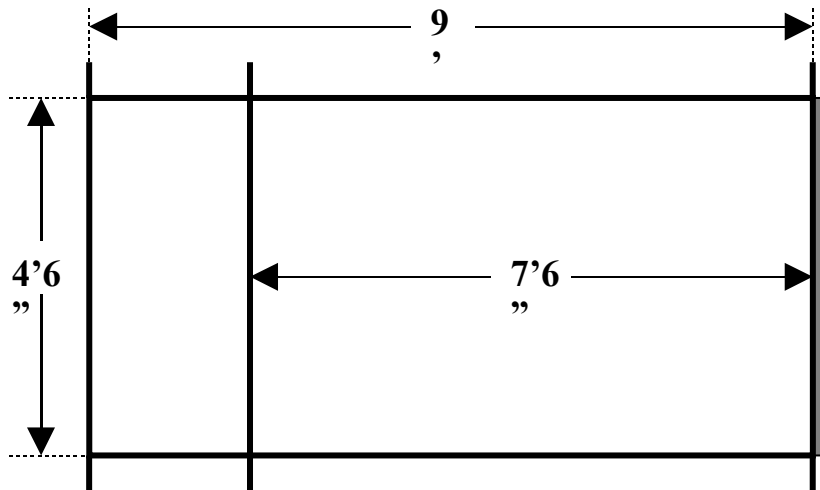
1. Provedení disciplín na dálku - Vrh kamenem, Hod závažím a Hod kladivem

- a. Každý závodník má povoleno tři hody v každé disciplíně na dálku.
- b. Soutěžící může zahájit a zastavit svůj hod a nebude se to počítat jako pokus, pokud náradí neopustí ruku a soutěžící se nedopustil žádné chyby. Pokud si soutěžící přeje přerušit pokus nebo vystoupit z odhodiště, může tak učinit pouze se souhlasem rozhodčího.
- c. Ve vrhu kamenem či hodu závažím se měří nejbližší bod k břevnu, který zanechá náčiní v zemi, nikoli držadlo. bod, ze kterého se měření provádí, závisí na umístění břevna a je popsán v bodě 1.2 .d. níže. Při házení kladivem se měření provádí od bodu na vnitřním okraji břevna, který je nejbližší ke středu postoje soutěžícího, k nejbližší značce v zemi provedené hlavou kladiva, nikoli držadlem.
- d. Pořadí soutěžícího bude určeno nejlepším uznaným hodem.
- e. V případě rovnosti výkonů bude umístění určeno dalším nejlepším hodem.
- f. V případě rovnosti výkonů na prvním místě, pokud výše uvedená metoda nestanoví vítěze na prvním místě, musí být provedeny další hody, aby se určil vítěz. Pokud po nejvýše třech dalších hodech stále není žádný vítěz, bude výsledek vyhlášen jako nerozhodný.
- g. Nerozhodné výsledky na jiných než prvních místech, které nejsou přehozeny dalším nejlepším hodem (hody), musí být prohlášeny za remízu.
- h. V případě rovnosti výkonů se body za umístění sčítají a rovnoměrně rozdělí mezi závodníky se shodnými výsledky.
- i. V závěru soutěže mohou být vítězové vyzváni ke třem pokusům o stanovení nových výsledků. Soutěžící může použít všechny, některé nebo žádné z těchto dalších pokusů. Nejlepší pokus se zaznamená jako nový záznam, pokud přehodil ten předchozí. Extra hody se nepoužijí při určování bodů s ohledem na desetibojařský bodovací systém.

2. Schéma odhodiště pro disciplíny na dálku

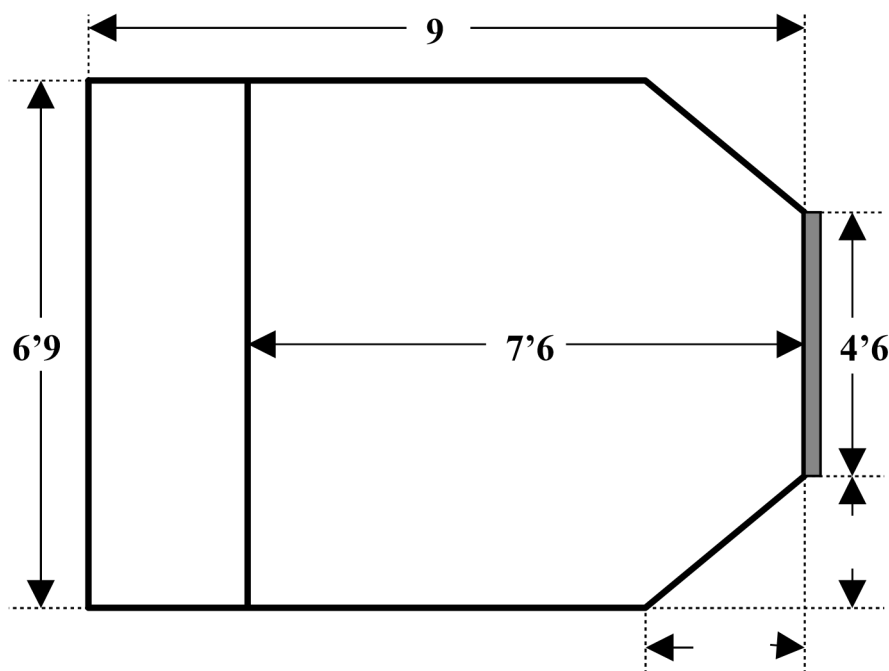
- a. Břevno má být vyrobeno ze dřeva. Je dlouhé 137 cm a 14 – 15 cm vysoké. Musí být pevně zajištěno k zemi tak, aby se pohnulo, pokud proti němu soutěžící vstoupí.
- b. Všechny oblasti za přední linií (která zahrnuje všechny části břevna kromě vnitřní vertikální plochy) a za zadní linií jsou mimo hranice a kontakt s jakoukoli z těchto oblastí kteroukoli částí těla soutěžícího během pokusu je bráno jako chyba.
- c. U vrhu kamenem musí být zadní linie odhodiště vzdálená 228 cm od břevna. Pro hod závažím musí být zadní linie odhodiště vzdálená 274 cm od břevna. Při hodu kladivem se nepoužívá žádná zadní linie.
- d. Při vrhu kamenem a hodu závažím jsou povoleny dvě možnosti umístění postranních linií:

• **Varianta boxu** má okraje, které jsou kolmé na břevno a jsou nastaveny i s jeho hranami, takže vzdálenost mezi okraji je 137 cm. Soutěžící musí začít s alespoň jednou nohou zcela v odhodišti a musí skončit s alespoň jednou nohou zcela v odhodišti. Pokud obě chodidla skončí mimo výseč odhodiště, jedná se o chybu. Pokud se jakákoli část těla soutěžícího než chodidlo dotýká země za okrajovou linií, jedná se o chybu. Měření se provádí od bodu na vnitřním okraji břevna, který je nejbližší místu, kde byl závodník odhodil nebo kde měl při odhodu umístěnou přední nohu.



• **Varianta křídla** má křídla, která sahají ven z každého okraje

Křídla jsou v úhlu 45 stupňů na vzdálenost zhruba 45 cm, postranní čára pak pokračuje kolmo na břevno až k zadní linii. S výjimkou předních 45 stupňových křídel jsou postranice rovnoběžné a ne více než 205 cm od sebe. Jakýkoliv kontakt jakoukoliv částí těla mimo vymezenou výseč odhodiště je brán jako chyba a pokus je neplatný. Křídla mohou být buď namalované čáry, nebo prodloužení samotného břevna. Všechna měření se provádějí od bodu ve středu vnitřní hrany břevna.



hammer
throw no
sidelines
are used.
The

soutěžící musí mít alespoň jednu nohu přímo za břevnem po celou dobu hodů a po uvolnění kladiva (tj. jedna noha musí zůstat v mezích imaginárního schéma odhodiště).

F. Pokud náčiní dopadne mimo rovinu břevna, je pokus brán jako neplatný.

3. Hod závažím do výšky a hod balíkem slámy

A. Měly by být použity normy podobné těm, které se používají ve skoku o tyči. Jsou povoleny dvě varianty:

volná laťka: Příčka by měla sedět na kolících, které se rozprostírají kolmo od sloupků; příčka by neměla být připevněna k stojanům, takže pokud náradí zasáhne tyč, bude obvykle sražena. Pokud náradí přejde přes tyč je pokus platný, ať zasáhne lištu nebo ne, pokud tyč není sražena z kolíků.

• **Pevná laťka:** Příčka je fyzicky připevněna ke sloupkům, takže pokud závaží zasáhne tyč, zůstane na svém místě. Pokud náradí přejde přes lištu, pokus je platný, i když zasáhne lištu.

b. Vzdálenost mezi sloupky nesmí být menší než 243 cm a větší než 365 cm.

C. Rozhodčí má právo rozhodnout o stanovení počáteční výšky a všech následných výšek. Je však důležité, aby všechna rozhodnutí týkající se výšky laťky byla přijata po konzultaci se závodníky.

d. Počáteční výška musí být dělitelná 30 cm. Laťka by měla být zvyšována v krocích po 30 cm (60 cm pro balík) dokud nezůstane pět nebo méně soutěžících, poté mohou soutěžící požádat o jakýkoli přírůstek dělitelný 8 cm (16 pro balík). Pouze pro pokusy o záznam může být laťka nastavena na jakoukoli výšku dělitelnou 3 cm.

E. Všechna měření se provádějí od země k vrcholu příčky v nejnižším bodě.

F. náčiní musí překročit laťku ve sloupcích.

G. Soutěžící má právo zahájit základní nebo jakoukoli následnou výšku.

h. Tři po sobě jdoucí nezdary, bez ohledu na výšku, ve které k těmto selháním dochází, diskvalifikuje soutěžícího z dalších pokusů, s výjimkou případů, kdy je nezbytné přerušit nerozhodnost na prvním místě.

i. Existují dvě varianty soutěže.

• **Musí být provedené:** Soutěžící může hodit základní výšku, ale po vstupu do soutěže musí absolvovat každou další výšku.

• **Otevřené:** Soutěžící může kdykoli hodit jakoukoli výšku; avšak soutěžící, který se vzdá pokusu ve výšce, ztrácí právo na pokus v této výšce. Takový soutěžící se však může pokusit o tuto výšku, je-li to nutné, kvůli rovnosti bodů.

j. Vítězem je soutěžící, který hodí závaží nebo balík přes nejvyšší výšku. Umístění je pak určeno další nejvyšší výškou a opakováno, dokud nejsou všechna místa zaplněna.

k. V případě nerozhodného výsledku bude soutěžícímu s nejnižším počtem pokusů ve výšce, v níž dojde k nerozhodnému výsledku, přiděleno vyšší místo.

l. Pokud stále trvá nerozhodný stav, výše popsaný postup se opakuje v každé postupně nižší výšce, dokud se nerozhodnou všechny nerozhodné výsledky nebo nezohlední všechny předchozí výšky.

m. Pokud nerozhodný stav trvá:

- Pokud se jedná o první místo, musí být měření závodníků provedeno ještě jednou v aktuální výšce. Pokud nedojde k žádnému rozhodnutí, bude laťka snížena (pokud všichni závodníci selhali) nebo zvýšena (pokud uspěli alespoň dva závodníci) o výšku stanovenou rozhodčím. Soutěžící s nerozhodným výsledkem budou soutěžit v každé výšce, dokud se nerozhodne o nerozhodném výsledku. V případě přerušeni nerozhodného výsledku bude neúčast závodníka považována za neplatný pokus.

Soutěžící se mohou rozhodnout přijmout nerozhodný výsledek za předpokladu, že s tím souhlasí všichni soutěžící.

- Pokud se jedná o jiné místo, soutěžící obdrží stejné místo v soutěži.

n. V případě rovnosti výsledků se body za místa sečtou a rovnoměrně rozdělí mezi závodníky.

Ó. Jakékoli pokusy ve výškách nižších, než je konečná výška, kterou soutěžící úspěšně dosáhl, se použijí k určení konečného umístění.

str. Pokud všichni soutěžící selhali, s výjimkou jednoho, má tento soutěžící právo pokračovat, dokud neztratí tři po sobě jdoucí pokusy. Nejvyšší dosažená výška se použije při určování bodů s ohledem na desetibojařský bodovací systém.

4. Povrch země, na kterém se soutěž koná, musí být co nejrovnější.

5. Pokud se náčiní během hodů nebo ve vzduchu rozbije, nepočítá se jako hod, pokud byl proveden v souladu s pravidly. V případě, že soutěžící tím ztratí rovnováhu a dopustí se chyby, nebude pokus počítán.

6. Je-li náčiní během soutěže poškozeno, bude nahrazeno vhodným a rovnocenným náčiním a soutěž bude pokračovat. Pokud se rozhodčí domnívá, že nebylo nahrazeno vhodným náčiním, pak se podle uvážení rozhodčího opakuje kolo, ve kterém bylo náčiní rozbito.

7. Kovové nářadí by mělo být vyrobeno z kovu, který není měkčí než mosaz, nebo z pouzdra z takového kovu vyplněného olovem nebo jiným materiálem. Pokud je použita výplň, měla by být vložena tak, aby byla nehybná.

8. Nejsou povoleny pomůcky (např. Vzpěračské dresy), které jakýmkoli způsobem pomáhají soutěžícímu při házení. Výjimkou jsou pouze následující:

A. Použití pásky (bandáží) na zápěstí, ruce a prsty je povoleno, avšak vzájemné spojování dvou nebo více prstů je zakázáno. Jakékoli použití pásky k ochraně rukou a prstů by mělo být schváleno rozhodčím před zahájením akce.

b. Používání rukavic je povoleno ve všech případech, s výjimkou vrhu kamenem.

C. Pro lepší přilnavost mohou soutěžící používat pouze vhodnou látku na ruce (nebo rukavice). Ve vrhu kamenem lze také aplikovat vhodnou látku na oblast krku.

d. Použití speciálních bot s hroty na hod kladivem je povoleno.

E. Je povoleno používat vzpěračské pásy a podpůrné zábaly.

9. Při každém jednotlivém pokusu se ve všech případech použije dvouminutová lhůta. Dvouminutová lhůta začíná okamžikem, kdy rozhodčí oznámí jméno soutěžícího. V případě, že se soutěžící absolvuje pokusy hned po sobě, bude mu povoleno tři minuty.

ODDÍL II: PRAVIDLA DISCIPLÍN

1. Volný vrh kamenem (open stone)

Doporučená hmotnost kamene pro tuto disciplínu je v rozmezí 7,26 až 9 kg pro muže a 3,63 až 5,44 kg pro ženy. Vzhledem k povaze náradí je povoleno značné kolísání hmotnosti.

A. Kámen musí být co nejbližší kulovitého tvaru.

b. Kámen bude vrhán z ramene pouze jednou rukou.

C. V době, kdy soutěžící zaujme postoj, aby zahájil vrh, se kámen musí dotknout krku nebo brady nebo je v těsné blízkosti a ruka nesmí být během této operace sklopena pod tuto polohu.

d. Kámen nesmí být nikdy držěn za linií ramen.

2. Vrh kamenem z místa (Braemar stone)

Doporučená hmotnost pro tuto akci je v rozmezí 9 až 12,7 kg pro muže a 5,9 až 8,16 kg pro ženy. Vzhledem k povaze náradí je povoleno značné kolísání hmotnosti. Platí stejná pravidla jako u vrhů s otevřeným kamenem s tou výjimkou, že není povolen žádný rozběh, soutěžící musí provést vrh z místa. Soutěžící má povoleno přešlápnout si (přepínání nohou po uvolnění kamene).

3. Hod závažím do dálky

Standardní hmotnost pro tyto události je 12,7 kg a 25,4 kg pro muže a 6,35 kg a 12,7 kg pro ženy. Masters a začínající závodníci mohou házet hmotností 19 kg namísto hmotnosti 25,4 kg.

A. Náčiní musí být vyrobeno z kovu a musí se skládat z kulového nebo krychlového závaží s připevněným řetězem a držadlem. Rukojeť může mít tvar prstence, trojúhelníku nebo tvaru „D“. Náčiní nesmí mít celkovou délku od spodku závaží po horní část rukojeti delší než 46 cm. Oficiální hmotnost každého náradí je celková hmotnost včetně držadla.

b. Soutěžící může použít k hodu pouze jednu ruku.

C. K hodu závažím lze použít jakýkoli styl, pokud to rozhodčí považuje za bezpečné.

d. Soutěžící může zahájit a zastavit svůj hod, za předpokladu, že během přerušného pokusu se žádná část náradí nedotkla země nebo břevna. Pokud se náčiní po zahájení pokusu a před obdržetím povolení od rozhodčího dotkne země nebo břevna, jedná se o neplatný pokus.

4. Hod kladivem

Standardní hmotnost pro tyto události je 7,26 kg a 10 kg pro muže a 5,44 kg a 7,26 kg pro ženy

A. Kladivo musí být kulové a vyrobené z kovu a rukojeť musí být ze dřeva, ratanu nebo plastu. Litina se doporučuje více než jiné kovy a ratan se doporučuje více než dřevo nebo plast. Náradí nesmí měřit více než 127 cm v celkové délce od spodní části závaží po horní část rukojeti. Oficiální hmotnost každého náradí je celková hmotnost včetně držadla.

b. Kladivo musí být hozeno z pozice vestoje zády k výseči. Přestože je povolen určitý pohyb nohou před odhozením kladiva, nesmí dojít k žádnému pohybu nohou kupředu a soutěžícímu není dovoleno se otočit celým tělem.

C. Soutěžící ve výchozí poloze před rozhoupáním kladiva smí mít opřené kladivo o zem kladiva po obou stranách břevna nebo na samotné ploše břevna.

d. Nepovažuje se za chybu, pokud se kladivo dotkne země za břevnem nebo samotného břevna na začátku pokusu. Po zahájení rotace bude chybou, pokud se jakákoli část kladiva dotkne země za břevnem nebo samotného břevna.

5. Hod závažím do výšky

Standardní hmotnost pro tuto disciplínu je 25,4 kg pro muže a 12,7 kg pro ženy. Masters a začínající závodníci mohou házet hmotnost 19 kg.

A. Náčiní musí být kovové a musí se skládat z kulového nebo krychlového závaží s připojeným trojúhelníkem, kroužkem nebo držadlem „D“. Litina se doporučuje před jinými kovy. Náčiní nesmí měřit celkovou délku od spodku závaží po horní část rukojeti o více než 46 cm. Oficiální hmotnost každého nářadí je celková hmotnost včetně držadla.

b. Soutěžící může použít k hodů pouze jednu ruku.

C. Soutěžící musí provést hod z místa (buď tradičním stylem nebo stylem bočního úchopu). Házení otočkou není povoleno.

6. Hod balíkem slámy (snopem)

Standardní hmotnost pro tuto událost je 7,26 kg nebo 9 kg pro muže a 5,44 kg liber pro ženy. Vzhledem k povaze nářadí jsou povoleny určité odchylky v hmotnosti.

A. Snopem je pytlovina plná slámy, sena, jehličí nebo provazu. Snop nesmí měřit více než 91 cm na délku a na šířku 61 cm. Doporučuje se menší balík. Též se doporučuje použití lehčího balíku na soutěži. Pokud by hrozilo, že se díky maximálnímu limitu výšky nepodaří zdárně dokončit disciplínu, pak se doporučuje použití těžšího balíku.

b. Házení se provádí pomocí vidlí s max 152 cm dlouhou násadou.

C. může být použit jakýkoliv styl pro házení balíku, pokud to rozhodčí považuje za bezpečné.

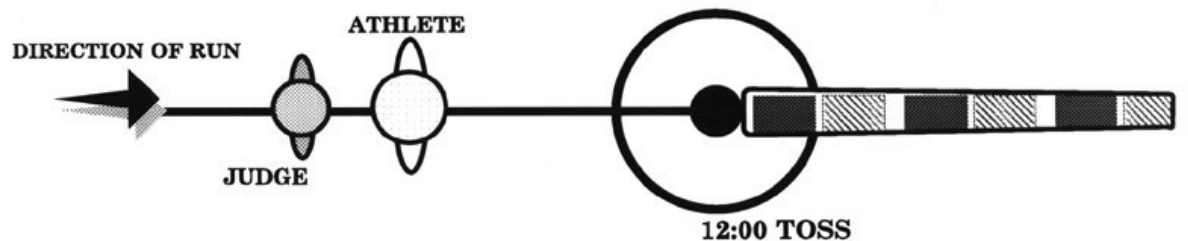
d. Soutěžící si mohou přinést vlastní vidle, když splní parametry pro soutěž.

7. Hod kládou

Neexistuje žádná standardní velikost nebo hmotnost klády, ale pokud je to možné, zvolenou kládu by měla být schopna otočit přibližně polovina startovního pole. Váha i délka klády by měla být výzvou pro všechny s výjimkou těch nejsilnějších, kteří ji otočí. Kláda má být dřevěná, výjimečně kovová, když to bude nutné. Doporučuje se užití dvou rozhodčích vzadu a z boku. Jakmile se podaří závodníkovi uchopit kládu za užší konec a zvednout ji od země ve vzpřímené poloze, může zahájit pokus. Rozhodčí může stanovit hranice, pokud vidí, že půda v určité oblasti není vhodná pro házení klády. Bezpečnost by měla být prvořadým zájmem a kláda by neměla být příliš blízko k divákům kdykoli během hodu. Soutěžící si může zvolit délku běhu a může hodit kládu, jakmile bude připraven, pokud je to v mezích odhodové plochy. Pokud soutěžícímu kláda během zvedání spadne, je to bráno jako pokus. Pokud

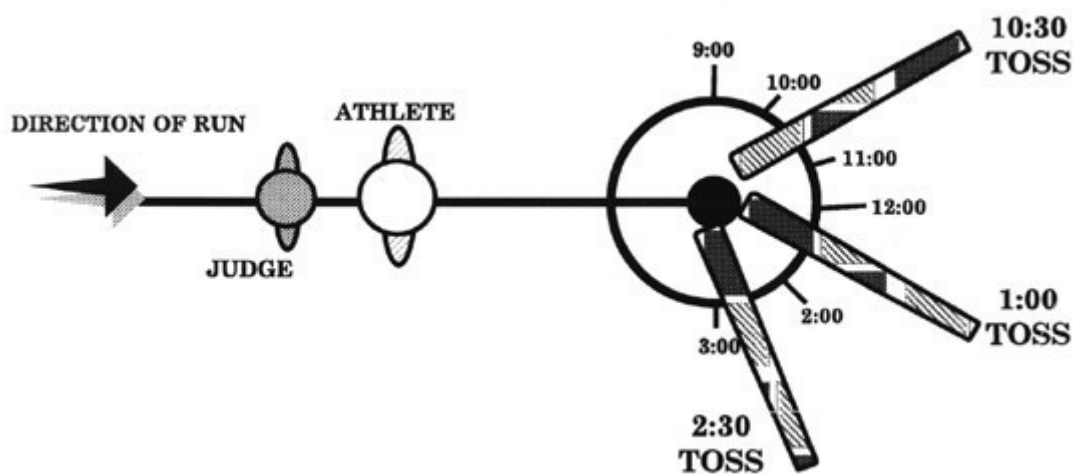
soutěžící po zvednutí položí slabší konec klády zpět na zem, počítá se to také jako pokus. Je-li podklad nerovný, měla by být vytvořena značka, od níž a nikoli za kterou se hodí. Za žádných okolností nesmí být použit jako značka pevné břevno. Kláda musí být posuzována na své přistávací pozici, nikoli na pozici, do které se může odrazit nebo převrátit. Kláda musí projít svislou pozicí, aby se mohla počítat jako otočená. Svislá poloha je 90 stupňů a je na postranním rozhodčím, aby určil, zda ji prošla. Použije se metoda „ciferníku“. Kláda v perfektním hodu projde svislou polohou a přistane s malým koncem směřujícím přímo ve 12 hodin v imaginární přímce vedoucí od soutěžícího přes počáteční bod přistání a ve směru se směrem běhu.

Pohled níže a ukazuje 12hodinový hod.



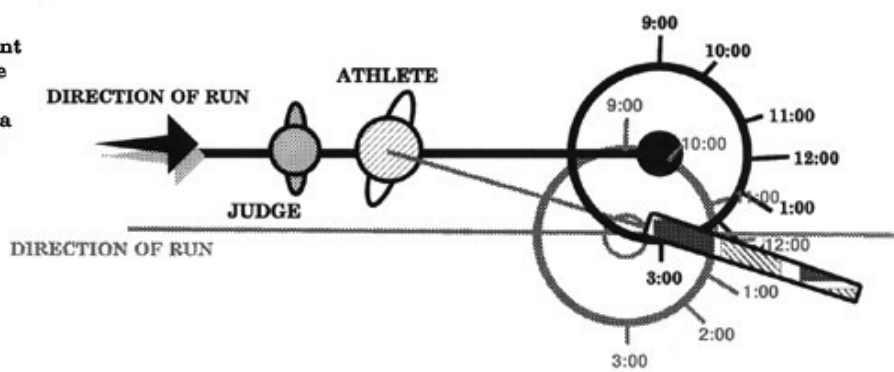
Platný pokus je, když uší konec klády prochází svislou polohou a padá pryč od závodníka a přistane v okruhu 180 stupňů, mezi 9 hodinami a 3 hodinami.

Pohled níže zobrazuje některé závodníky a jejich výkony.



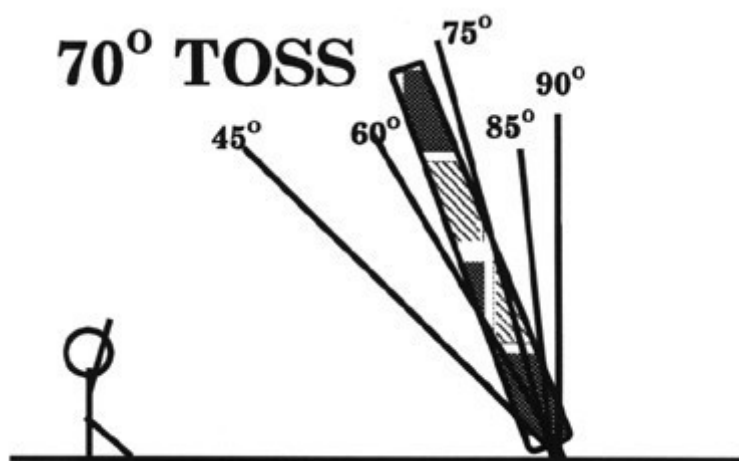
Směr běhu je určen, jakmile je soutěžící, dle rozhodčího, schopen ovládat kládu (může to být jen dva nebo tři kroky). Soutěžící může běžet v jednom směru a pak zastavit a změnit směr, pokud si udrží kontrolu nad kládou. Pokud kláda přistane v pozici 12 hodin směřující od závodníka, ale ne v přímé linii s jeho během, pak musí rozhodčí stanovit původní směr běhu soutěžícího a zjistit, kde bude skutečný hod 12 hodin. Poté musí vydat příslušný úsudek na základě výše odchylky od linie.

If the athlete turns their body at the time of the plant and release after they have established their direction, then what might look like a 12:00 if you follow the line from the athlete to the caber should be called a 12:30



Pokud soutěžící neotočí kládu, pak je odpovědností postranního rozhodčího určit úhel, pod kterým byla kláda hozena s ohledem na vertikálních 90 stupňů. Vedlejší rozhodčí by měl stát kolmo na linii běhu soutěžícího, aby mohl provést přesné měření.

Níže je uveden obrázek pohledu z pozice postranního soudce.



Každý soutěžící má povolené tři pokusy, z nichž nejlepší z nich se počítá při určování jeho umístění v soutěži. Pořadí umístění bude určeno nejbližším hodem k 12 hodinám. Pokud soutěžící neobrátil kládu, bude umístění určeno hodem nejbližší k vertikálním 90 stupňům. V případě rovnosti výsledků bude místo určeno dalším nejlepším pokusem. Pokud ani toto neurčí závodníka na prvním místě, provede se další pokus vyrovnaných závodníků. Není-li vítěz tímto dalším pokusem určen, bude disciplína vyhlášena jako nerozhodná. Ostatní umístění než první, která nejsou rozhodnuta dalším nejlepším pokusem, budou brána jako remíza. Pokud se ani jednomu závodníkovi nepodaří po prvním kole kládu otočit, může ji rozhodčí nechat zkrátit nebo vyměnit. Kláda se zkrátí na širším konci o délku, kterou určí rozhodčí. Tento proces může být opakován, dokud není kláda otočena. Pokud se kláda během soutěže zlomí, pořadí závodníků je určeno všemi dokončenými koly. Pokud bylo dokončeno méně než dvě plná kola a je k dispozici kláda stejných rozměrů, mohou být všechna tři kola opakována. Pokud je použita kvalifikační kláda, pak jakýkoli úspěšný hod kvalifikuje závodníka pro další soutěžní klády.

ODDÍL III: OBECNÁ PRAVIDLA SOUTĚŽE

1. Po každé dokončené disciplíně se soutěžící, který házel na prvním místě, posouvá na místo poslední a všichni se posunou o jedno místo výše. Toto se opakuje po každé disciplíně.
2. Doporučuje se bodový bodovací systém. V tomto systému soutěžící získává body v závislosti na umístění v každé dokončené disciplíně, jeden bod za první místo, dva body za druhé místo atd. Soutěžící s nejmenším nashromážděnými body po dokončení všech disciplín je celkový vítěz hry. Pokud dojde k nerozhodnému výsledku je vítězem soutěžící, který získal více vítězství v jednotlivých disciplínách. Pokud ani takto není určen vítěz, jedná se o remízu. Lze použít i jiné bodovací systémy (např. Desetibojařské bodování) za předpokladu, že soutěžící jsou informováni před zahájením soutěže o způsobu bodování, který má být použit.
3. Soutěžící musí v každé disciplíně učinit alespoň jeden pokus, aby se mohl umístit v celkové soutěži.
4. V zájmu bezpečnosti má rozhodčí právo diskvalifikovat každého soutěžícího, který podle názoru rozhodčího nemá dostatečné schopnosti dokončit hod, aniž by došlo k nepřiměřenému riziku zranění sebe, ostatních soutěžících nebo diváků. Rozhodčí má také právo diskvalifikovat každého soutěžícího za nesportovní či jinak nevhodné chování.
5. Mnoho her zahrnuje místní disciplíny nebo používá místní pravidla jako tradici (např 45 kg hod kamenem). Pořadatel je povinen oznámit jakékoli místní disciplíny nebo pravidla písemně v dostatečném předstihu před hrami. Toto oznámení by mělo být zahrnuto do aplikace pro hry a do formuláře pro zproštění povinnosti.
6. Rozhodčí ve spojení s pořadatelem her může na místě provádět změny pravidel, aby vyhověl účasti zdravotně postižených sportovců. Všechny tyto změny by měly být provedeny v rámci bezpečnosti, která je prvořadým zájmem všech zúčastněných.
7. Pořadatel her může stanovit Závodní kategorie pro tyto hry. Některé příklady jsou Masters, Lehká váha, nováček atd.